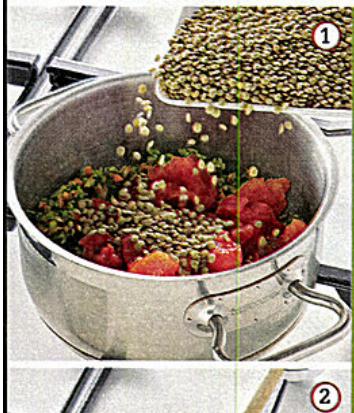




Speciale
per voi



1



2



3

la
Variante

30 • inTavola

Lasagne con lenticchie profumate al timo

★★★ facile

20'

1 h e 10'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 250 g di pasta fresca all'uovo
 - 300 g di lenticchie piccole
 - 50 g di lardo di Arnad
 - 1 carota + 1 cipolla
 - 1 costa di sedano
 - 450 g di pomodori pelati
 - 300 g di spinaci
 - 2 rametti di timo
 - 40 g di farina
 - 6 dl di latte
 - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato
 - 40 g di burro + sale
- 665 cal/porzione**

1 Pulite e tritate finemente nel mixer la carota, la cipolla, gli spinaci e il sedano, riunitevi in una casseruola con i pomodori pelati spezzettati, le lenticchie, il lardo finemente tritato e 3 dl di acqua calda e cuocete il sugo su fiamma bassa e a pentola coperta per 35 minuti. Regolate di sale e spegnete.

2 Sciogliete 30 g di burro in un pentolino, unite la farina e tostatela nel condimento per 3-4 minuti. Versate a filo il latte mescolando contemporaneamente con una frusta, regolate di sale e cuocete la besciamella su fiamma bassa per 7-8 minuti. Unite le foglioline di timo finemente tritate e 30 g di parmigiano e mescolate.

3 Scottate le sfoglie di pasta in acqua salata in ebollizione per mezzo minuto, scolatele e stendetevi su fogli di carta da forno. Ungete una pirofila con il burro rimasto, stendete sul fondo una cucchiaiata di ragù di lenticchie, proseguite con uno strato di pasta, un velo di besciamella, altro ragù e proseguite fino al termine degli ingredienti. Copargete la superficie con il parmigiano rimasto e cuocete le lasagne in forno a 180° per 25 minuti. Servitele calde tagliate a quadretti.

SAPERNE DI PIÙ

Il lardo

Si tratta di un taglio di carne ricavato dal grasso sottocutaneo dei suini, si preleva dal collo, dal dorso e dalla parte alta dei fianchi dell'animale. Viene conservato mediante salatura o affumicatura, con aggiunta di spezie e aromi. Si utilizza trattato in cucina, come condimento per soffritto e per insaporire minestre, risotti e zuppe. Ma è ottimo anche tagliato a fettine sottili, come un salume, in bruschette o su quadretti di polenta. In Italia, sono ottimi il lardo d'Arnad in Valle d'Aosta (in foto), che ha ottenuto la Dop, e quello di Colonnata, in Toscana, che ha la certificazione Igp.



Millefoglie con cotechino

Fate appassire 150 g di verdure miste per soffritto surgelate con 20 g di burro e 2 chiodi di garofano; sfumate con poco vino bianco e cuocete per 15 minuti. Unite 1 cotechino precotto di 500 g preparato come indicato sulla confezione, fatto intiepidire, spellato, tagliato a dadini. Regolate di sale, pepate e cuocete per 5-7 minuti. Soffriggete 1 scalogno tritato con 2 cucchiaini d'olio e qualche foglia di salvia, unite 150 g di lenticchie rosse decorticcate e 5 dl di brodo caldo, portate a ebollizione e cuocete per

20 minuti. Quindi mescolate bene metà delle lenticchie con 500 ml di besciamella pronta. Scottate 250 g di lasagne fresche in acqua bollente salata a cui avrete aggiunto 2 cucchiaini d'olio, scolatele e mettetele su un telo. Sistemate una lasagna sulla placca foderata con carta da forno unta d'olio, distribuitevi sopra uno strato di besciamella e un po' di ragù di cotechino, appoggiate sopra questi un'altra lasagna e ripetete gli strati fino a esaurire gli ingredienti. Cuocete in forno a 220° per 7-8 minuti. Completate con le lenticchie tenute da parte.





Pronunciation

L'ATTREZZO SU MISURA

● La lasagnera portatile

Antiaderente, corredata da un coperchio perfettamente ermetico, con pratiche maniglie, vi permette di preparare le lasagne e trasportarle a casa di amici (Guardini, *Bake Away*, a 20 €).

• Il quanto da forno

In cotone al 100% e lavabile in lavatrice. Colorato, pratico e funzionale, ideale per sfornare la pirofila (Tescoma, a 4,90 €).



DUE BUONE IDEE



La polpa di soli pomodori italiani è composta da pezzetti sia piccoli sia un po' più grossi: un mix gustoso per sughi perfetti (La PolpaPiù, Cirio, 3 barattoli da 400 g l'uno, a 2,70 €).



Le lenticchie piccole di ottima qualità sono saporite e mantengono bene la cottura (NaturaSì, 500 g, a 2,75 €). Info: <http://shop.naturasi.it>